



Foto Christine Rainer

Sensory Awareness Sommerkurs 2026

„Leben hat mit Methoden nichts zu tun. Wir lernen von den Möwen, von kleinen Kindern oder vom Wachstum der Pflanzen was Leben bedeutet. Wenn wir wacher werden erleben wir, dass wir diese Fähigkeit in uns selbst haben: immer klarer zu fühlen, was uns unsere innere Natur zu sagen hat.“

Charlotte Selver

Sensory Awareness ist die Arbeit an den Grundlagen der lebendigen Existenz. Dem Wachstum und dem Leben des menschlichen Organismus wohnt eine Tendenz zur Ordnung inne, jeder Organismus tendiert zu Entfaltung.

Dafür ist es jedoch notwendig, zu erkennen, wie wir in Bezug zu den Rhythmen und Gesetzen der Natur leben und wie wohltuend es ist, ihnen zu folgen.

Im Seminar kehren wir zu den ursprünglichen Gesetzen der menschlichen Lernweise zurück. Wir finden zu unserer Kraft, können unsere Grenzen erkennen und Vertrauen gewinnen. Diese Schärfung der Wahrnehmung bringt auch eine Klärung der Gedanken und Gefühle mit sich.

Dabei führen uns die physikalischen Gegebenheiten der Natur, die innere Ordnungstendenz unseres Organismus und die Wirkung der Gegenwärtigkeit. Durch eine „horchende“ Einstellung kommen wir damit in Verbindung und erhalten konkrete, spürbare Informationen über unseren Zustand und unsere Reaktionen. Es ist ein Weg, der in die Natur vertraut.

Die Arbeitsweise ist einfach und konkret. Wir experimentieren mit den Gegebenheiten des Alltags: im Liegen, Sitzen, Gehen und Stehen, jede*r für sich oder mit einem Partner* einer Partnerin oder mit Gegenständen wie beispielsweise Steinen oder Stäben. So erkunden wir uns selbst und die Zusammenhänge, in denen wir leben.

Die Ursprünge der Arbeit gehen zurück auf Elsa Gindler (1885 – 1961) und Heinrich Jacoby (1889 – 1964) in Berlin und in der Schweiz. Meine Lehrerinnen waren Charlotte Selver in den USA und Peggy Zeitler in München.

KURSLEITUNG:

Christine Rainer
Physiotherapeutin
Sensory Awareness Leader
Dozentin für Pikler-Kleinkindpädagogik

Oberbreitsach 10
4906 Eberschwang
Tel: 0699 - 10 39 66 40
Email: christine@hansrainer.com
www.christinerainer.com

KURSZEITEN:

Dienstag, den 14. 7. 2026 von 15.00
Uhr bis 18.30 Uhr

Mittwoch, den 15.7.2026 von 10.00 Uhr
bis 16.30 Uhr

Donnerstag, den 16.7.2026 von 10.00
Uhr bis 14.00 Uhr, nach einem gemein-
samen Mittagessen

KURSKOSTEN: 270,-

Der Kurs findet im Seminarhaus „Hof der Sinne“ in Senftenbach bei Ried im Innkreis statt. Informationen siehe PDF.

Unterkunft bitte bei Bettina Breimaier buchen. Tel: 0664-1660496

Der Pauschalpreis inkludiert 2 Übernachtungen, vegetarisches Essen von Montag Abend bis einschließlich Mittwoch Mittag sowie jederzeit Tee & Wasser.
Bettwäsche mitbringen!

Doppelzimmer	140,- pro Person
Schlafgalerie	134,- pro Person
Mehrbettzimmer	134,- pro Person

Doppelzimmer sind nur begrenzt verfügbar, es besteht jedoch die Möglichkeit andere Unterkünfte in der Nähe zu buchen. Bitte mit Bettina besprechen.

Die Anmeldung für den Kurs bitte per email (christine@hansrainer.com), sie ist gültig nach Überweisung der Kurskosten auf folgendes Konto bei der Raiffeisenkasse Eberschwang:

Christine Rainer
IBAN: AT92 3408 1000 0003 1187
BIC: RZOOAT2L081

Anmeldeschluss ist der 15.5.2026

Stornobedingungen: Bei Absage bis zum Einzahlungsschluss wird der gesamte Betrag rückerstattet, bis eine Woche vor Kursbeginn die Hälfte, danach erfolgt die Rückerstattung des Betrages nur bei Nachbesetzung des Kursplatzes.